

**PRÁTICAS CORPORAIS E ESPORTIVAS PARA A JUVENTUDE NO IFMG SABARÁ 2022 - *Programação das atividades/Ações***

Ação/Meta	Atividade	Frequencia	Local	Responsável/equipe	Vagas	CRONOGRAMA		
<b>OFICINAS DE PRÁTICA CORPORAIS</b>						Data-início	Dia/semana	Horários
<b>*Oficinas de Práticas Corporais, Esportivas e Artísticas Culturais.</b>	Ginástica: alongamentos e funcionais.	Semanal - 1h	Laboratório EF	Prof.ª Maria Aparecida e Lorena (Monitora)	25	11/08	Quintas	das 17:30 às 18:30
	Tai chi chuan	Semanal - 1h	Laboratório EF	Prof. José Marcelo e João Lucas (bolsista)	25	09/08	Terças	das 16:30 às 17:30
	Lutas - Muay Tai	Semanal - 1 h	Laboratório EF	Giovanna Alicia e Maria Teresa (Monitoras)	15	10/08	Quartas	Das 13:00 às 14:00
	Práticas circenses	A definir	Laboratório EF	Prof.ª Bárbara e Lorena (monitora)	A definir	A definir	A definir	-
	Dança	Semanal - 1h	Laboratório EF	Gabriela Herculano e monitor (a definir)	25	A definir	A definir	-
<b>PRÁTICAS ESPORTIVAS – Aulas/treino</b>								
<b>*Formação Esportiva e Esporte recreação</b>	Futsal (Fem)	Semanal 1:30hs	Quadra IF Sabará	Gabriela Herculano Maria Teresa (Monitora)	25	10/08	Quartas	das 15:00 às 16:30
	Futsal (Mas)	Semanal 1:30hs	Quadra IF Sabará	Gabriela Herculano Maria Teresa e Giovanna (Monitoras)	25	15/08	Segundas	das 16:45 às 18:15
	Tênis de mesa (Misto)	Semanal 1:30hs	Laboratório EF	Prof. Maria Aparecida Gustavo B. (Bolsista) e Diogo (Monitor)	25	12/08	Sextas	das 13:30 às 15:00
	Vôlei 1(Misto)	Semanal 1:30hs	Quadra IF Sabará	Prof. Maria Aparecida Gustavo Souza e Nikolas (Monitores)	30	10/08	Quartas	das 16:30 às 18:00
	Vôlei 2 (Misto)	Semanal 1:30hs	Quadra IF Sabará	Prof. Maria Aparecida e Italo e Laura (Monitores)	30	09/08	Terças	das 17:30 às 19:00
	Handebol (Misto)	Semanal 1:30hs	Quadra IF Sabará	Prof. Maria Aparecida Ana Andrade (bolsista) e Gabriela (monitora)	30	12/08	Sextas	das 17:30 às 19:00
<b>EVENTOS E PRÁTICAS INTEGRATIVAS DA SAÚDE HUMANA</b>								
<b>*Eventos e salas integrativas da saúde humana. (Estilo de Vida Saudável e Atividade Física)</b>	Recomendações e incentivos para mudança de comportamentos relacionados a um estilo de vida mais saudável. Aplicação e análise de testes como PIEVS, PARQ, nível AF, IMC.	Mensal 2 horas	Laboratório EF	Ana Andrade, Gustavo Barbosa e João Lucas (Bolsistas) (orientação Prof.ª Cida e eventualmente prof. José Marcelo)	30	31/08 28/09 30/11 21/12	Quartas	13:00 as 14:30
	Palestras, rodas de conversa, exibição de filmes. Especialistas convidados e equipe.	Bimensal 2 horas	Auditório do campus		40		Sábados	
	<b>Eventos esportivos: Torneios, festivais e encontros esportivos.</b>	Bimensal 4 horas	Quadra IF Sabará /outros		100		Sábados	
<i>* A oferta de práticas corporais e modalidades esportivas podem alterar conforme demanda e disponibilidade de recursos (monitores, parceiros e material esportivo)</i>								

